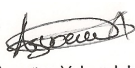


MENÚ OCTUBRE 2025

		MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
		Menestra de verduras	Ensalada griega (Alérgenos 7)	Crema de calabacín
		Guiso de calamares (Alérgenos 5-6-11-12)	Muslo de pollo al limón con arroz	Huevos al horno (Alérgenos 6)
		Yogur (Alérgenos 7)	Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)
LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
Sopa de calabaza y pollo (Alérgenos 5-6)	Judías verdes salteadas con jamón	Ensalada del huerto	Croquetas (Alérgenos 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14)	Alubias estofadas
Lomo de cerdo en salsa de zanahorias con arroz	Merluza en salsa verde con brócoli y patatas (Alérgenos 5-11)	Macarrones a la boloñesa (Alérgenos 5-6)	Raya a la gallega con patatas y guisante (Alérgenos 11)	Paella (Alérgenos 11-12)
Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)	Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)	Fruta de temporada
LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
Ensalada griega (Alérgenos 7)	Arroz 3 delicias (Alérgenos 6-11)	Crema de verduras	Caldo gallego	Ensaladilla rusa (Alérgenos 6-11)
Espaguetis con tomate y atún (Alérgenos 5-6-11)	Bacalao a la portuguesa con patatas (Alérgenos 11)	Albóndigas en salsa con arroz	Tortilla de patatas con ensalada mixta (Alérgenos 6)	Salmón a la riojana con patatas (Alérgenos 11)
Yogur (Alérgenos 7)	Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)	Fruta de temporada	Fruta de temporada
LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
Brócoli con pavo	Mini empanadillas (Alérgenos 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14)	Ensalada de temporada	Ensalada de pasta (Alérgenos 5-6-11)	Lentejas
Guiso de carne a la jardinera con pasta (Alérgenos 5-6)	Palometa en tomate con patatas (Alérgenos 11)	Lasaña (Alérgenos 5-6-7)	Merluza a la gallega con patatas y guisante (Alérgenos 11)	Hamburguesa de pollo a la plancha con ensalada mixta
Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)	Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)	Fruta de temporada
LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
Judías verdes con pavo	Sopa de verduras (Alérgenos 5-6)	Guisantes con jamón	Potaje de garbanzos	Ensalada del huerto
Fideuá marinera (Alérgenos 5-6-11-12)	Muslo de pollo en salsa de champiñones con arroz	Salmón al horno con patatas (Alérgenos 11)	Filete de cerdo a la plancha con ensalada mixta	Arroz con bacalao y verduras (Alérgenos 11)
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)	Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)

ALERGENOS				
1- ALTRAMUSCOS	5- GLUTEN	9- SOJA	13- SESAMO	
2- APIO	6- HUEVO	10- SULFITOS	14- FRUTOS SECOS CON CASCARA	
3- CACAHUETE	7- LACTEOS	11- PESCADO		
4- CRUSTACEOS	8- MOSTAZA	12- MOLUSCOS		




 Azucena Veloso Iglesias
 T.S. en Dietética y Nutrición

Nota importante: los usuarios con alergias o intolerancias, dispondrán de un menú elaborado con productos según sus necesidades.